

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pemaafan

1. Pengertian Pemaafan

Menurut McCullough, pemaafan ialah suatu bentuk perilaku atau sikap di mana seseorang tidak hanya menghindari rencana guna membalas dendamnya kepada orang yang sudah sakitinya, tetapi juga memiliki keinginan untuk tidak melukai orang tersebut, Pemaafan memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental seseorang karena mampu menghilangkan rasa dendam dan amarah, lebih dari itu, pemaafan dapat mengubah pemikiran negatif menjadi pemikiran positif terhadap individu yang melakukan luka tersebut.²³

Everett dan Enright, dalam bukunya, juga menjelaskan atau menerangkan bahwa pemaafan melibatkan berbagai perilaku atau tindakan untuk bisa mengatasi berbagai perihal negatif dan menghindari penghakiman terhadap orang yang melakukan kesalahan atau berbuat salah. Meskipun tidak menyangkal rasa sakit yang dirasakan, pemaafan mengajarkan rasa kasihan dan iba kepada individu yang telah menyakitinya. Menurut mereka, pemaafan dapat menjadi motivasi untuk membawa perubahan positif pada diri seseorang dan mencegah keinginan untuk membalas dendam. Proses memaafkan menjadi lebih sulit apabila kesalahan

²³ Michael E. McCullough, *The Psychology Of Forgiveness* (New York: Oxford, 2002), 10.

yang dilakukan terkesan disengaja, parah, dan memiliki konsekuensi yang lebih negatif.²⁴

Dan dapat disimpulkan bahwa pemaafan adalah perilaku seseorang yang menghindari rencana untuk balas dendam atau membuang semua keinginan pembalasan dendam dan sakit hati terhadap pihak yang telah menyakiti.

2. Aspek-aspek Pemaafan

Menurut McCullough aspek dibagikan menjadi 3 yaitu²⁵:

- a. *Avoidance Motivation* yaitu suatu motivasi yang berguna untuk menghindari sebuah permasalahan yang terjadi.
- b. *Revenge Motivation* yaitu keinginan untuk membalaskan dendamnya. Ataupun melihat hal buruk yang dialami sehingga muncul rasa marah.
- c. *Benevolence Motivation* yaitu keinginan untuk berbuat baik terhadap individu yang telah menyakiti.

B. Kecerdasan Emosi

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Sebagaimana dikutip dalam bukunya alex sobur menurut William James berkata jika emosi ialah cenderung untuk mempunyai khasnya perasaan apabila dengan objek khusus di lingkungannya.²⁶ Menurut Effendi kecerdasan emosi ialah keahlian guna kenal perasaannya sendiri serta perasaan orang lainnya, keahlian memberikan motivasi dirinya sendiri, serta

²⁴ Everett L. Worthington, Jr, "Handbook Of Forgiveness", (New York: T&F Informa,2005), hal.159.

²⁵ Riya Ulfa Juliatin & Riza Noviana K, Forgiveness Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Gagal Untuk Menikah, Vol.9,No.1,(Jurnal Penelitian Psikologi, 2022), 7.

²⁶ Alex Sobur, Psikologi Umum (Bandung: Pustaka Setia, 2016), 345.

keahlian kelola emosinya dirinya sendiri dan hubungannya dengan orang lainnya dengan baik.

Menurut Goleman kecerdasan emosi adalah kemampuannya seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi. Kecemasan emosional termasuk salah satu kecerdasannya yang begitu penting serta diperlukan oleh berbagai orangnya yang berkeinginan sukses dalam karirnya ataupun dalam kehidupannya²⁷.

Kecerdasan emosional akan membagikan manfaatnya beserta kualitas dalam membuat keputusan, kepemimpinan, keahlian atasi konflik, kerjasama, hubungan saling mempercayai, dan yang lainnya. Salovey dan Mayer dalam teorinya menyebutkan jika kecerdasan emosional cakupannya yaitu keahlian pantau perasaan serta emosi sendiri ataupun orang lain. Membedakannya serta memakai informasinya guna pandu pikiran dan perilaku seseorang.²⁸

2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman, kecerdasan emosional melibatkan lima aspek utama yang berkaitan dengan kemampuan dalam proses mengelola dan memahami emosi. Berikut adalah penjelasan singkat mengenai masing-masing aspek:²⁹

²⁷ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (New York : Bantam Books,1995),174

²⁸ Novianty Djafri, *Manajemen Kepemimpinan Kepala Sekolah (Pengetahuan Manajemen, Efektivitas, Kemandirian Keunggulan Bersaing Dan Kecerdasan Emosi)* (Yogyakarta: Deepublish, 2016), 32.

²⁹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta: PT.Gramedia, 2000),513.

a. Kesadaran Diri

Kesadaran diri mencakup kemampuannya guna mengetahui dan pahami perasaan yang kita alami pada suatu waktu tertentu. Lebih lanjut, kesadaran diri digunakan sebagai panduan dalam pengambilan keputusan pribadi.

b. Pengaturan Diri

Pengaturan diri melibatkan kemampuannya untuk mengelola emosinya secara efektif, jadi dampak positif pada diri sendiri dan orang lain. Ini mencakup kepekaan terhadap intuisi diri dan kemampuan untuk menunda kepuasan demi mencapai tujuan.

c. Motivasi

Motivasi melibatkan penggunaan dorongan internal yang paling mendalam untuk mengarahkan dan membimbing tindakan menuju tujuan. Ini mencakup inisiatif, kemampuan untuk bertindak dengan efektif, dan memanfaatkan hasrat sebagai pendorong.

d. Empati

Empati melibatkan kemampuannya guna rasakan serta pahami perasaannya orang lainnya, serta memiliki kemampuan guna pahami perspektif mereka. Ini membantu dalam bangun rasa saling percayanya dan perkuat hubungan interpersonalnya.

e. Keterampilan Sosial

Keterampilannya sosial mencakup kemampuannya guna interaksi dengan orang lainnya secara efektif, berkomunikasi dengan lancar,

berunding, menyelesaikan konflik, serta kelola emosinya dengan baik dalam konteks hubungannya sosial.

Aspek-aspek ini membentuk dasar kecerdasan emosional, yang dianggap penting dalam meraih kesuksesan pribadi dan hubungan yang sehat dengan orang lainnya. Kemampuannya guna kelola emosinya sendiri dan berinteraksi secara positif dengan orang lain menjadi kunci utama dalam mencapai kesejahteraan emosional dan sosial.

C. Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang nanti akan di ukur dalam penelitian ini yakni:

1. Variabel independent (X) : Kecerdasan Emosi
2. Variabel Dependent (Y) : Pemaafan

Variabel *independent*, atau yang sering disebut variabel bebas, merupakan faktor yang memiliki potensi untuk mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lainnya. Tritjahjo Danny Soesilo menggambarkan variabel independent sebagai keadaan atau nilai yang, jika ada, dapat sebabkan perubahannya atau munculnya variabel *dependent* (terikat). Variabel *independent* biasanya pun diberikan sebuah lambang dengan huruf X, dan keberadaannya cenderung timbul atau muncul terlebih dahulu sebelum variabel lainnya. Dengan demikian, variabel independent memiliki peran krusial dalam memahami hubungan antarvariabel dalam suatu penelitian.³⁰

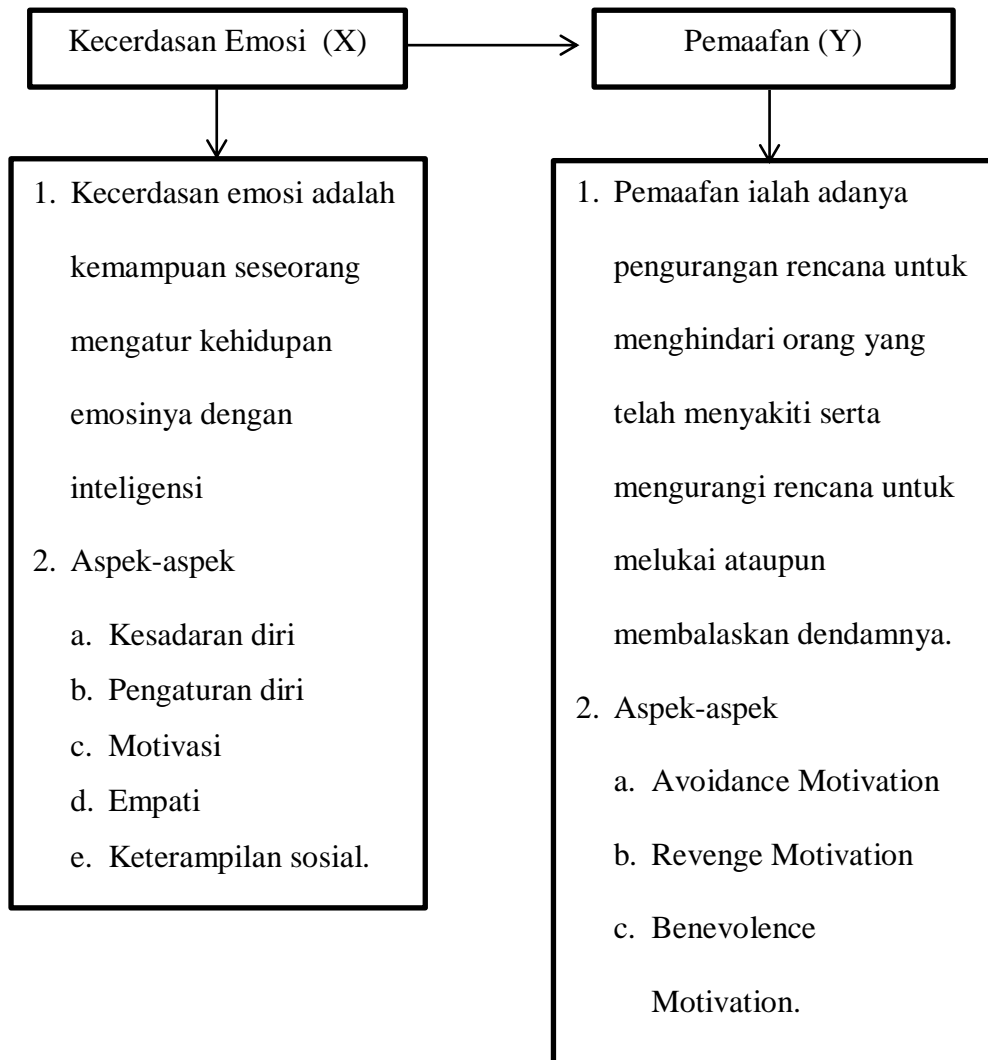
³⁰ Rafika Ulfa, “Variabel Penelitian Dalam Penelitian Pendidikan,” *Al-Fatonah : Jurnal Pendidikan Dan Keislaman* 2 (2021): 346.

Di sisi lain, variabel dependent, atau yang akrab disebut variabel terikat, yakni variabel yang mengalami perubahan sebagai akibat dari timbulnya variabel lainnya yang berubah. Variabel terikat ini menjadi fokus utama penelitian, menjadi objek yang akan diamati dan dianalisis. Dengan melibatkan variabel dependent, penelitian dapat mengidentifikasi sejauh mana variabel independent berkontribusi terhadap perubahan atau fenomena yang diamati. Dalam konteks ini, variabel dependent dianggap sebagai hasil atau akibat dari adanya variabel independent, dan pemahaman hubungan antara keduanya menjadi esensial untuk mendapatkan wawasan yang lebih mendalam dalam sebuah penelitian.³¹

³¹ Ibid., 347.

D. Kerangka Teoritis

Gambar 1.1



E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini yaitu akan ada pengaruh antara kecerdasan emosi terhadap pemaafan pada pasutri yang melakukan pernikahan dini di desa kunjorowesi mojokerto. Semakin tingginya nilai kecerdasan emosionalnya maka akan semakin tinggi pula pemaafan. Hipotesis penelitian ini yakni:

Ha: Ada pengaruh positif antara kecerdasan emosi terhadap pemaafan pada pasutri yang melakukan pernikahan dini di desa Kunjorowesi Mojokerto.

Ho: Tidak ada pengaruh positif antara kecerdasan emosi terhadap pemaafan pada pasutri yang melakukan pernikahan dini di desa Kunjorowesi Mojokerto.